

## **Получение сообщения о радиационной опасности**

После получения уведомления по радио, телевидению о радиационной опасности необходимо:

1. Укрыться в жилых домах.

Стены деревянного дома снижают ионизирующие излучения в 2 раза, а кирпичного - в 10 раз. Заглубленные укрытия (подвалы) с деревянным покрытием - в 7 раз, с кирпичным или бетонным покрытием - в 40 - 100 раз.

2. Закрывать форточки, уплотнить рамы и дверные проемы.

3. Сделать запасы питьевой воды, подготовить простейшие средства санитарного назначения (мыльный раствор для обработки), перекрыть краны.

4. Провести экстренную йодную профилактику. Это обеспечивает 100 % защиту от накопления радиоактивного йода в щитовидной железе.

Йодистый калий следует принимать после еды вместе с чаем, киселем или водой 1 раз в день в течение 7 суток. Детям до 2 лет - по 0,04 г на прием, детям старше 2 лет и взрослым - по 0,125 г на 1 прием.

Водно-спиртовой раствор йода можно принимать после еды 3 раза в день в течение 7 суток. Детям до 2 лет - по 1-2 капли 5 % настойки на 100 мл молока (консервированного) или питьевой смеси. Детям старше 2 лет и взрослым - по 3-5 капель на стакан молока или воды. Наносить на поверхность кистей рук настойку йода в виде сетки 1 раз в день в течение 7 суток.

Подготовиться к возможной эвакуации:

подготовить документы (паспорт, документы детей, об образовании и пенсии);

упаковать лекарства, которыми вы часто пользуетесь, шприцы и инсулин, глюкозу (для диабетиков);

деньги, предметы первой необходимости, 1-2 смены белья и одежды;

собрать консервированные продукты, в том числе молоко для детей на 3 дня.

Все собранное упаковать в полиэтиленовые мешки, в пакеты и уложить их в помещении, наиболее защищенном от проникновения внешнего загрязнения (которое далеко от окон и дверей).

### **Необходимо выполнять следующие правила:**

Использовать только концентрированное молоко и пищевые продукты, хранящиеся в закрытых помещениях без радиоактивного загрязнения. Нельзя пить молоко от коров, которые продолжают пастись на загрязненных полях.

Нельзя есть овощи, которые росли в открытом грунте.

Нельзя пить воду из открытых источников и из водопровода после официального объявления радиоактивной опасности. Закрывать колодцы пленкой или крышками.

Избегать долгих переходов по улицам, особенно по пыльной дороге или траве, нельзя ходить в лес, купаться в реках.

• В случае передвижения по улице необходимо:

а) органов дыхания: прикрыть нос и рот смоченной водой ватно-марлевой повязкой, носовым платком, полотенцем или любой частью одежды;

б) кожу и волосы закрыть (шапки, накидки, перчатки);

в) входя в помещение с улицы снимать обувь

• Нельзя пить алкоголь - это усугубляет развитие лучевого поражения.